Edgar F. Cyriax

NÅGOT

OM

GYMNASTIK OCH VAPENÖFNING

SÅSOM MEDEL

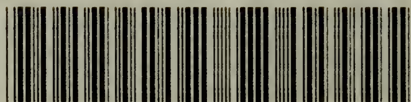
FÖR

ALLMÄN UPPFOSTRAN

AF

GUSTAF NYBLÆUS.
t. f. Föreståndare för Kongl. Gymn. Centr. Institutet.

1863


22102373917

NÅGOT

OM

GYMNASTIK OCH VAPENÖFNING

SÅSOM MEDEL

FÖR

ALLMÄN UPPFOSTRAN

AF

GUSTAF NYBLÆUS.
t. f. Föreståndare för Kongl. Gymn. Centr. Institutet.

STOCKHOLM, 1863.
P. A. NORSTEDT & SÖNER,
Kongl. Boktryckare.


LIBRARY

I.

Rikets Ständer hafva vid de sednaste riksdagarne visat sig lägga synnerlig vigt på det rätta anordnandet af nationens fysiska uppfostran. Den svaghet man på många ställen, särdeles hos de bemedlade klassernas barn, icke kunnat undgå att bemärka, innebär i sanning en mer än giltig anledning härtill, och detta i förening med den bättre insigten i grundvilkoren för all sann uppfostran, bland hvilka den rätta vården af barnens helsa och omsorgen om krafternas rätta utveckling intager ett så vigtigt rum, gör äfven denna fråga numera till en af dem, som icke kunna falla. Efter hand tyckes det blifva för hvar och en alltmera klart, att man med uppfostran icke får förstå endast ett ensidigt inhemtande af mer eller mindre vidsträckta och mångartade kunskaper under en tvingande tuktan, utan att man härvid måste vända sig till hela menniskan, och på ett lika mycket väckande och lifvande som ordnande och ledande sätt taga alla hennes väsendtliga förmögenheter i anspråk. Det är visserligen nu längesedan denna sanning börjat göra sig gällande, men de häraf föranledda framstegen hafva dock på det hela taget varit mycket långsamma, hvartill så väl svårigheten

att arbeta sig ut ur den en gång gifna traditionens hämmande skrankor, som bristen på tillräckliga materiela tillgångar synas hafva varit de hufvudsakliga orsakerna. De vidgade åsigterna och den stigande ekonomiska förkofran synas dock nu alltmera komma att undanrödja dessa. I den mån krigen påkomma mindre ofta och blifva mindre långvariga, och det fredliga arbetet till följd häraf mera ostördt får fortgå, så att äfven dagakarlen, den lägste arbetaren i samhället, med större säkerhet kan vinna sitt nödiga uppehälle, och i den mån kunskapens alla grenar visa sig ega inbördes sammanhang och med hvarandra så öfverensstämma, att sanningen icke kan blifva mer än en, blifver det ock lättare att fatta den menskliga uppfostrans stora uppgift i hela dess sammanhang och med förenade krafter arbeta på dess lösning.

Det är onekligt att den första omsorgen om det nyfödda barnets bevarande och tillvext, det vill säga det allraförsta åtgörandet för dess uppfostran i detta ords egentligaste mening, måste vända sig till dess lägsta fysiska krafter. Det måste, sedan dess första skri gifvit tillkänna att det börjat andas jordisk luft, skylas och näras. De lägre sinnena väckas först; härefter vakna äfven de högre, synen och hörseln; *rörelseförmågan* tilltager efter hand, men länge dröjer det innan barnet kan framstamma sitt första *ord*. Här är nu redan, för hvem som vill fatta det, grundlagen och gången af all sann uppfostran gifne, och man kan icke, utan att begå ett sig alltid hämnande våld på naturen och sanningen, ändra denna lag eller omvända denna gång.

Under den spädaste åldern följes också vanligen naturens lag temmeligen riktigt efter för handen varande förhållanden, men orsaken härtill synes oftast vara, att de större fel, som häremot under denna tid begås, medföra så snara och så ögonskenliga faror och olägenheter, att de icke lemna rum för en uthållande oriktig behandling. Behofvet af kläder och föda är i sig sjelf alltför tydligt, för att kunna förbises, och om det också mången gång fylles på ett mindre tjenligt sätt, så blifver det dock alltid uppfylldt så långt medel dertill finnas. Det faller icke heller gerna några föräldrar in, att neka barnet att efter förmåga röra sig, snarare förefinnes ofta en benägenhet att för tidigt lära det att gå, innan det ännu, genom att krypa, dertill förvärfvat tillräcklig styrka i lemmar och bål. Sedan barnet vunnit förmågan att gå, den första betydande grad af rörelseförmåga, hvilken på den intellectuela sidan motsvaras af förmågan att tala, reder det sig länge sjelft och utvecklar sig vanligen på riktigt sätt, blott det å ena sidan får tillräcklig frihet dertill och å den andra bevaras från faror. Det börjar nu äfven att på mångfaldigare sätt använda sina händer och armar, och uppfostraren har härvid särskildt att iakttaga att den ena handen och armen, vanligen de venstra, icke alltför mycket må komma att stå tillbaka för dem å andra sidan, ty härigenom grundlägges då redan den brist på symmetri i de öfre extremiteternas utveckling, hvilken hos de allrafleste i mer eller mindre betydlig mån förefinnes, och hvarmed den alltför vanliga snedheten i bålen säkerligen på det närmaste sammanhänger. Denna föranledes

sedermera utan tvifvel äfven mycket ofta deraf, att barnet vid ståendet får vana att förcträdesvis och öfvervägande stödja på det ena benet.

En genomgående brist i hela vårt lefnadssätt, är bristen på bad och fullständiga tvagningar. Den förekommer vanligen redan vid denna ålder och fortfar sedan hela lifvet igenom. Häraf uppkomma ganska visst en mängd af sjukdomsfall och sjukdomsanlag. En riktning till förbättring i detta hänseende förefinnes, tack vare hydropathien (vattenläkemethoden), men deruti återstår så mycket att önska, att dettas uppfyllande ganska betydligt skulle komma att ingripa till förändring i hela vårt lefnadssätt. Utan denna förändring är likväl en helsoförbättring i stort knappast tänkbar. I hvarje väl ordnadt hus borde ovilkorligen ett badrum förefinnas, oah för de mindre bemedlade klasserna borde bad hela året om vid särskildt dertill lämpade anstalter vara att tillgå. Ännu angelägnare är dock tillgången på frisk luft och solljus, hvarföre, särdeles i städerna. ingenting i högre grad förtjenar både enskildt och communal omsorg, än undanrödjandet af hindren för det allmänna åtnjutandet häraf. Dessa för menniskovarelsen oskattbara naturens gåfvor stå ju alla till buds, blott man icke genom förvända åtgärder skjuter dem ifrån sig. Utrymme, öppna platser och planteringar icke allenast omvexlande med, utan så att säga genomgående städernas stenmassor, äro jemnte det snabba bortskaffandet af all orenlighet vilkoren härföre. I sammanhang härmed skulle då äfven kunna vinnas lämpliga platser för barnens lekar under öppen himmel. Dessa lekar, hvilka jemnte för-

mågan att tala rent böra utgöra den späda barnaålderns studier, böra dock, så mycket möjligt är, alltid öfvervakas, och detta hufvudsakligast för det moraliska inflytande, som här från uppfostrarens sida bör göra sig gällande till det tidiga hämmandet af de oarter och de onda böjelser, som redan nu icke underlåta att visa sig. Att lyda och tala sanning är hvad barnet i moraliskt hänseende under denna tid kan och bör lära.

Förr än barnet fylldt sitt femte år, bör någon läsning icke företagas, om icke utantill, så att barnet lär sig att säga efter och i minnet bibehålla någon bön och någon lämplig vers, hvarvid meterns säkra rythm och rimsluten på en gång underlätta ihågkommandet af uttrycken i deras fulla bestämdhet och tillika väcka barnets sinne för harmonisk rörelse och klara ljudfall. Har man på detta sätt väckt hågen för intellectuel sysselsättning, så kan man vid den nämnde åldern låta barnet få kännedom om bokstäfverna och så småningom utan all ansträngning komma till stafning och renläsning, äfvensom de enklaste tal och rumförhållandena nu efter hand på åskådligt sätt kunna göras klara för dess medvetande. I jemnbredd härmed borde så väl någon hjelp till de första otympliga försöken i handaslöjd, hvarigenom barnet nu redan kan börja att omforma och sammansätta, i stället för att endast taga sönder, kunna lemnas, som också dess lekar med någon grad af planmessighet kunna ordnas, så att det finge försöka sina krafter i något mera bestämda riktningar än hittills. Några lätta och för barnasinnet passande rörelseproblemer kunna nu utan allt tvång

föreläggas detsamma, och såsom allmän regel torde under detta skifte af lifvet, då barnet ännu är liten gosse eller liten flicka, och hvilket väl kan räknas till och med det tionde året, uppfostraren mera bör locka till och erbjuda undervisning än dertill egentligen tvinga. Ännu under denna tid har riktningen utåt i barnets sinne så gifvet öfverhanden och förmågan af strängt ordnadt och uthållande arbete är naturligen så ringa, att man icke, utan att äfventyra skadlig brådmognad i förening med fysiskt försvagande, kan framtvinga ihållande intellectuel verksamhet. Tvärtom böra under denna tid de barn, som visa en öfvervägande riktning inåt, härifrån afledas, ty ingenting är så felaktigt och ofta till sina följder beklagansvärdt, som den hos föräldrar stundom förekommande fåfängan, att vilja skryta med sina barn såsom små snillen. Sådane blifva sällan eller aldrig stora snillen. Den moraliska tukten kan under denna tid blifva allvarligare, men kroppslig aga, hvilken under de tidigare åren en eller annan gång (hufvudsakligen för att låta barnet känna en öfvermagt), med lugnt allvar och förståndig beräkning använd, vanligen gör sig sjelf sedermera öfverflödig, kan i den mån barnets moraliska känsla utvecklas och dess begrepp om rätt och orätt redas, i allmänhet taget, helt och hållet upphöra.

Vid fyllda tio år är barnet redan gosse och flicka. Både själ och kropp böra nu hafva hunnit den stadga att verkligt arbete kan efter krafternas mått begynna. Det är också vanligen vid denna tid, som det ihållande stillasittandet med läsning, skrifning etc. tager sin början. Nu lägges nemligen

i de bemedlade klasserna alltför ofta an på kunskapers inhemtande till största möjliga omfång såsom uppfostrans egentliga och hufvudsakliga uppgift; under det att allmogens barn hafva den jemnförelsevis ofta ganska stora fördelen att företrädesvis tagas i anspråk till hjelp vid föräldrarnes kroppsarbete. Visserligen kan detta arbete för de ännu svaga lemmarne lätteligen blifva för tungt, och förenar sig härmed fattigdomens nöd och elände, så kunna på denna väg, likasom på förfiningens motsatta väg, kroppslig svaghet och andelig förslappning lätteligen inträda. Hvilkendera afvägen från sann måtta och jemn harmonisk utveckling som än beträdes, blifver nemligen den slutliga följden väsendtligen densamma. För att undvika och förebygga denna finnes intet annat sätt än att vid all uppfostran fortfarande hafva *hela* menniskan beständigt i ögonsigte, och icke af någon anledning låta förleda sig till att, för vinnande af starkare utveckling åt den ena eller andra sidan, försumma de öfrige. För allmogens barn ligger faran, såsom redan blifvit sagdt, hufvudsakligen i brist på det nödvändiga samt i kroppslig öfveransträngning. Denna fara upphör alltså i den mån välmågan hos massan af folket kan blifva större. I samma mån tillvexa äfven tillgångarne för ett fullständigt ordnande af det lägsta men också det mest vidtomfattande af de offentliga läroverken, den Allmänna Folkskolan.

Gymnastiken, som har till sin uppgift den yttre eller kroppsliga sidan af *menniskans* uppfostran, icke kroppens uppfostran, såsom man alltför mycket tyckes mena, intager, hvilket man af det föregående

redan kan finna, i folkskolan en helt annan ställning än inom de högre klassernas undervisningsanstalter. Den kan tillochmed vid första betraktandet för mången, särdeles hvad allmogens barn vidkommer — i städerna äro icke alldeles samma förhållanden — synas vara för folkskolan alldeles öfverflödig, och så har den äfven i sjelfva verket hittills alltför mycket blifvit ansedd af allmogen sjelf, som naturligtvis icke kunnat göra sig reda för dess ändamål och verkan. Svenska bonden, som i allmänhet icke är någon vän af nya påfund, har vanligen funnit denna nya sak såsom utvecklingsmedel för de kroppsliga krafterna fullkomligt öfverflödig och obehöflig, och presterskapet har icke sällan varit af samma mening. Om häruti ingått någon obenägenhet för det krigiska lynne, som denna sak i viss mån väcker och erfordrar, må lemnas derhän, endast det bör härvid bemärkas, att den höga grad af bestämdhet och uppmärksamhet, som gymnastikens rätta utöfvande och tillämpning på uppfostran oundgängeligen fordrar, icke i sig sielf är någonting egentligen krigiskt eller militäriskt, om också det krigiska ändamålets vinnande, det kraftiga gemensamma försvaret, i högsta grad tager denna bestämdhet och denna uppmärksamhet i anspråk. Fullt bestämda rörelseformer, hvilket för gymnastiken såsom läroämne, måste vara karakteriserande, kunna på annat sätt vid utöfningen icke vinnas, och man får till en början i alla fall icke vara alltför sträng, ty man skall ju väcka och lifva, icke kufva och tvinga. Den fristående gymnastikens enkla, men mångfaldiga, rörelseformer innebära, sålunda tillämpade och i rätt ordning använde,

ett verksamt medel till symmetrisk kroppsutbildning, och hvad som härmed, oberäknadt förökad muskelkraft, egentligen kan vinnas, är riktig placering och fullt utrymme för de egentliga lifsorganerna, hufvudets, bröstets och bukcavitetens inelfvor. Dertill kommer en ledighet och ädelhet i hållning jemnte en frihet och säkerhet i lemmarnes rörelser, hvilket allt utan sådane öfningar icke gerna kan förvärfvas. Lägges till den fristående gymnastiken öfningarne i gående, löpande och fria språng, så har man här redan ganska betydliga medel till vinnande af stor kraftutveckling i förening med förhöjd respirationsverksamhet och deraf beroende lifligt blodomlopp. Att söka vinna detta med så enkla medel, som de här nu föreslagne, tillhör otvifvelaktigt äfven folkskolan, i hvilken för öfrigt den fria leken på lediga stunder icke allenast bör tillåtas utan äfven af läraren öfvervakas.

I sin tillämpning öfvergå dessa öfningar naturligen på den manliga sidan till vapenöfningar, hvilka dock icke egentligen kunna eller böra företagas förr än ynglingen är vapenför. Den fristående gymnastiken eger ganska noggranna formbestämningar och i gångöfningarne kunna genom enkla taktomvexlingar uppfattningen af bestämda tidsmått väckas och utbildas. Till gången sluter sig äfven naturligen sången, hvarföre gåendet under sång äfven inom gymnastiken bör finna plats, utgörande detta för öfrigt ett gemensamt gränsområde för gymnastik och musik. Sången, hvilken tager menniskan såsom ett ljudande instrument i anspråk, utgör i sjelfva verket gymnastikens fullständigande motsvarighet. Den egentliga

formbehandlingen, ritningen, slöjden, handverket etc. kan åter betraktas såsom läsningens och tankearbetets fullständigande motsatts.

Kunde man med iakttagande af de allmänna sundhetsvilkoren, ren luft, friskt vatten, ändamålsenlig föda, beklädnad och bostad, efter dessa grunddrag, utan den ena väsendtliga sidans inkräktning på tid och utrymme för den andra, anordna den allmänna uppfostran, så vore man berättigad att hoppas det de kommande slägtena i sann och fullständig mensklighet skulle hinna betydligt längre än de redan förgångne och det som nu förgås. Att nöden, sjukdomen och döden i alla fall skola behålla sina välden, den sednare sitt fullkomligt oförminskadt, men de tvenne andra sina med icke så ringa inskränkningar, detta hopp kan man väl i sammanhang härmed våga uttala, och mot förgängelsens magt hjelper det sanna modet, hvilket åter icke är något annat än den tro, som öfvervinner verlden.

Nöjer man sig, för att nu återkomma till det egentliga ämnet, med att i folkskolan taga gymnastiken på det enkla sätt, som här blifvit föreslaget, så låter saken utan all svårighet verkställa sig. Då behöfvas inga särskilda redskap och apparater af någon kostsamhet. Det behöfves endast tillräckligt utrymme jemnte tillräcklig insigt i ämnet hos folkskoleläraren, för att kunna med tillhjelp af en fullständig och ändamålsenlig föreskrift leda öfningarne. På nödigt utrymme bör i ett så vidsträckt land som Sverige icke kunna vara någon brist. Hafva bönderna beteshagar för sina kreatur, så kunna de också hafva en gemensam lek- och öfningsplats för sina

barn framme vid skolan. Beträffande lärarens insigt i ämnet, så visar redan erfarenheten, att denna för dessa enkla öfningar i tillräckligt mått kan vinnas vid Folkskollärare-Seminarium, så framt vid det i stiftsstaden belägna högre elementarläroverket, en fullständigt bildad gymnastiklärare finnes, hvilken då äfven vid seminariet kan i ämnet undervisa.

I det föregående har redan blifvit anmärkt, att gymnastikundervisningen, då den fullföljes, på den manliga sidan leder till vapenöfningar, och sanningen häraf har under de sednare åren blifvit allt klarare insedd och allt lifligare erkänd i samma mån som angelägenheten af nationalförsvarets kraftigare utveckling trängt sig på den fördomsfrie fosterlandsvännen. Det har blifvit tydligt, att ett land, sådant som Sverige, der den jemnförelsevis fåtaliga befolkningens arbetskraft så ostördt som möjligt bör få egnas åt det vidsträckta landområdets uppodling och annan omedelbart fruktbärande verksamhet, icke kan grunda sitt försvar på en tillräckligt stor under vapen beständigt stående här, antingen nu denna skulle rekryteras genom frivillig värfning eller genom tvungen conscribtion. Det förra sättet skulle nemligen medföra så stora direkta kostnader att de, om arméen skulle ega en tillräcklig nummerstyrka, omöjligen af landet skulle kunna bäras, och det sednare sättet, hvilket i Europas continentalländer, der bonden af ålder varit träl, ännu, tillochmed under djupa freden, kan låta verkställa sig, skulle, om man i Sverige med full consequens sökte tillämpa det, komma att kännas så stridande mot vår allmoges från hedenhös bevarade kraftiga frihets- och sjelf-

ständighetskänsla, att man säkerligen snart skulle finna det otillämpligt, helst det äfven skulle komma att medföra en vida större årlig förlust af dagsverken, än landets behof af ekonomisk utveckling gerna skulle kunna medgifva.

Under sådana förhållanden återstår intet annat för ändamålets vinnande tillräckligt kraftigt sätt, än att med bibehållande och behörig anordning af den förträffliga stam svenska arméen eger i den indelta soldaten, ytterst grunda försvaret på hela folkets krigiska uppfostran. Man finner sig här sålunda af nödvändigheten tvungen till antagande af det organisationssätt, som i politiskt, moraliskt och ekonomiskt hänseende icke allenast är det bästa, utan strängt taget tillochmed det enda rätta. Erkännes det nemligen, att det är hvarje mans ovilkorliga pligt, att efter sin förmåga bidraga till bevarandet af fäderneslandets sjelfbestånd och oberoende, så följer häraf, att det också blifver en allmän medborgerlig skyldighet att härtill på ändamålsenligt sätt bereda sig. Det är tydligt, att detta icke kan ske med någon grad af fullständighet under de korta öfningstider, som kunna beståås den Allmänna Beväringen. Men genom införandet af krigiska öfningar i den allmänna uppfostran, kan en kort öfningstid för beväringsmanskapet blifva vida mera tillräcklig än den nu är, och, om dermed förenas på communal väg föranstaltade fortgående öfningar i målskjutning och annan vapenfärdighet, så kommer landets hela försvarskraft att härigenom vinna oberäkneligt i verklig användbarhet utan långa föregående beredelser. Hos den något vuxne gossen finner man vanligen

en stor benägenhet för krigiska öfningar, och denna, åtminstone för vårt folklynne, naturliga böjelse, bör man på intet sätt undertrycka, uta tvärtom göra sig tillgodo för det stora gemensama ändamålet, landets försvar. Här komma nu också de i och för sig så gagnelige gymnastiköfningarne det fosterländska behofvet af krigisk uppfostran till mötes. Ty utom det att krigisk användbarhet naturligtvis i allrahögsta grad måste vara beroende af den allmänna rörelseförmåga och den dermed förenade kraft och helsa, som det är gymnastikens särskildta uppgift att framkalla, så låta sig, såsom det redan blifvit antydt, de gymnastiska öfningarne icke väl och riktigt leda, utan tillämpning af den gemensamhet i bestämda rörelseformer, som äfven för krigsbildningen är så väsendtlig. Vid öfningarne i gående är detta förhållande i synnerhet påfallande, ty marschen, den till takt och steg bestämda gången, är i den rent gymnastiska undervisningen lika så vigtig och oumbärlig som i den krigiska. Iakttager man derföre blott det enkla bestämmandet, att öfva gåendet i de för infanterimanövern antagne och föreskrifne grundformerna, hvilka äfven från gymnastisk synpunkt fullkomligen kunna gillas, så förvärfva ju redan härigenom alla de gossar, som genomgå folkskolan, den i krigiskt hänseende så vigtiga och betydande färdigheten att någorlunda kunna hålla i hop i trupp. Lägges härtill, att den fristående gymnastikens armrörelser med stor lätthet kunna öfvergå till de nödiga handgreppen för gevärets rätta bärande och slutligen äfven, då ynglingen blifvit vapenför, till dess förande såsom pik eller stötvapen, samt att

öfningarne både i löpande och språng hafva sin direkta krigiska tillämpning, så finner man att de krigiska öfningarne i gymnastiken hafva sin rätta rot och att de härutur af sig sjelfve framträda såsom detta läroämnes närmast liggande och fullkomligen naturliga tillämpning.

Beträffande folkskolelärarnes undervisning i den militära gymnastiken, så är det för det första fullkomligen tydligt, att då gångöfningarne med rätta måste intaga ett betydande rum i den gymnastiska undervisningen i allmänhet, och då dessa öfningar icke kunna bedrifvas utan att deraf blifver någon slags manöver, ingenting är lättare och naturligare än att folkskoleläraren i förening med den gymnastiska undervisning han vid Seminarium erhåller, äfven blifver undervisad i infanterimanöverns elementer, om hvilka han för öfrigt redan nu, så framt han fullgjort sin beväringspligt, icke kan vara helt och hållet i okunnighet. För att han skall kunna fullständigt undervisa i de vapenöfningar, hvilka här såsom för folkskolan tillämplige blifvit nämnde, fattas honom således icke mera än att han dertill förvärfvar tillräcklig öfning i handgrepp och slutligen äfven i bajonettfäktningens enklaste grunder. Har han exercerat såsom beväring, så har han så tillräcklig kännedom om gevärshandgreppen, att, om han i samband med gymnastikundervisningen häruti vid Seminarium undervisas, han otvifvelaktigt äfven i dessa rörelser kan uppnå all erforderlig skicklighet; ja dessa rörelser äro, då intet pedanteri dermed bedrifves, så enkla att han, äfven utan föregående beväringsexercis, med lätthet kan inhemta dem. Återstår således

de första fäktrörelsernas inöfvande; men äfven dessa, hvilka dock icke rätteligen tillhöra gosseåldern och sålunda ännu icke mycket i folkskolan böra komma i fråga, äro dock i sig sjelfva nog enkla att utan synnerlig svårighet i sammanhang med den fristående gymnastiken kunna inhemtas, och skulle också möjligen detta icke medhinnas, så kunde dessa öfningar, som egentligen tillhöra åren emellan confirmationsåldern och beväringsåldern, utan all skada tillsvidare ur folkskolan uteslutas. Folkskoleläraren kan sålunda, derom bör intet tvifvel uppstå, lätteligen ernå den grad af gymnastiskt-militärisk kunskap och skicklighet, som erfordras för att i undervisningen kunna följa enkla och bestämda föreskrifter, och genom fortsatt öfning i att undervisa, blifver han så väl i detta som i andra ämnen säkrare. Något egentligt hinder för dessa öfningars ordentliga verkställande i folkskolan finnes sålunda icke, ty den nödiga materielen för de rent militära öfningarne består endast i ett erforderligt antal med mycken lätthet tillverkade trädkolfvar, med hvilka så väl handgreppen som äfven fäktrörelserna mycket väl låta verkställa sig. Befinnes folkskoleläraren någonstädes till dessa öfningars ledande mindre lämplig, så kan väl utan svårighet nästan hvar som helst i hela landet någon af arméens befäl eller manskap, som dertill kan vara skicklig, på billiga vilkor förmås att härvid i folkskolan biträda. Börjas dessa öfningar vid det tionde året och fortgå de årligen på lämpliga tider till confirmationsåldern, intill hvilken tid barnet, ehvad det besöker folkskolan eller icke, borde anses tillhöra henne, så kan härunder vinnas ganska mycket så

väl i fysiskt som i pedagogiskt och militäriskt hänseende. Den noggranna ordning och punktliga lydnad, som detta läroämnes utöfvande erfordrar, är nemligen för hela uppfostran af särdeles stort värde, på samma gång som särskildt härigenom de kroppsliga krafternas utveckling regleras och förmågan att kraftigt försvara sig sjelf, de sina och fäderneslandet på riktigt sätt grundlägges.

Blefve sedan skjutbanor sockenvis inrättade, så skulle ynglingarne under åren från confirmationsåldern till beväringsåldern med rätta kunna åläggas och tillhållas att deltaga i de skjutöfningar, fäktöfningar m. m., som härigenom, med tillhjelp af arméens befäl, underbefäl och manskap lätteligen på ändamålsenligt sätt skulle kunna anordnas, och ynglingarne sålunda vid beväringsåldern i allmänhet kunna vara så förberedde, att de med kort öfningstid skulle kunna ernå nödig militärisk utbildning för inträdande i den aktiva, den fullt stridsfärdiga arméens leder. Så väl under beväringsåldern som sedermera under den tid de såsom fullmogne män komme att tillhöra den landstorm, hvars upprättande här i landet, för ett fullständigt ordnande af nationalförsvaret, är fullt så nödvändigt som i något annat land, der den redan förefinnes, skulle de sedan på grund af den svenska fosterlandskärleken och det hjeltelynne, som man icke utan skäl så ofta hos oss åberopar, i de frivilliga på communal grund anordnade vapenöfningarne deltaga.

Egde alla Sveriges vapenföra män den grad af krigsbildning, som, efter hvad här blifvit visadt, icke allenast utan oöfvervinneliga hinder, utan tillochmed,

i förhållande till det vigtiga ändamålet, med ganska mycken lätthet skulle kunna ernås, och hade dess qvinnor äfven kommit i åtnjutande af en uppfostran, som bidragit att bilda dem till kraftiga mödrar, så kunde Sveriges folk, om dess härväsende i öfverensstämmelse härmed rätt anordnades, hafva grundade anledningar att betrakta sig såsom i sjelfförsvar oöfvervinneligt.

I den högre folkskolan, hvilken, der den af behofvet erfordras och af tillgångarne medgifves, naturligen uppstår och bildar så att säga folkskolans tredje klass, under det att hem- eller småskolan utgör den första, och den allmänna sockenskolan den andra, vidgas något kunskapernas omfång. Men en följd deraf blifver då också ett trägnare stillasittande än i den allmänna folkskolan eger rum, ty studerandet kan icke lämpligen i annan ställning bedrifvas, och härmed inträder redan då äfven behofvet af mera genomgripande gymnastiköfningar såsom den rätta motvigten härtill. Nu erfordras alltså en gymnastikredskap, men denna bör och kan dock vara så enkel och så bestämdt beräknad, att den, om läraren eger någon grad af insigt i ämnet och uppmärksamhet vid dess utöfvande, icke kan blifva annat än gagnelig, blott öfningarne här strängt regelbindes genom fullständiga och noggranna föreskrifter, öfver hvilkas iakttagande vederbörlig myndighet icke får undandraga sig att noga vaka. Redskapsgymnastiken sålunda tillämpad, är följaktligen hvad som här bör tillkomma utöfver hvad som af den allmäuna folkskolan bör fordras. I de större städerna, särdeles i

Stockholm, äro förhållandena sådana, att den starkare väckelse till kraftutveckling, som med redskapsgymnastiken måste afses, väl äfven till en viss grad kan vara behöflig i den allmänna folkskolan, hvarföre anbringandet af lämplig redskap för dessa skolor efter de särskilda lokala förhållandena, bör medgifvas, om den också möjligen icke skulle kunna anbefallas. Här bör äfven den lärareskicklighet och större insigt i ämnet, som redskapens rätta begagnande erfordrar, lättare kunna påräknas än på landsbygden.

Vid det lägre elementar-läroverket, der lärjungarne i regeln måste komma att utgöras af gossar, icke af ynglingar, ty dessa tillhöra naturligen det högre elementar-läroverkets öfre klasser, äro förhållandena väsendtligen desamma som i den högre folkskolan. Skilnaden är egentligen den, att här, der särskildt gymnastiklärare bör finnas, de gymnastiska och militära öfningarne kunna och böra erhålla något större fullständighet alltefter som gossarnes ålder dertill gifver anledning. Det högre elementarläroverkets öfre klasser, hvilkas lärjungar kunna anses hafva upphunnit ynglingaåldern, behöfva deremot en betydlig utvidgning af dessa öfningar. Skilnaden mellan gosse och yngling är nemligen, hvad tillämpningen af detta läroämne vidkommer, högst väsendtlig, och den enda klasskilnad som i gymnasiskt hänseende har någon större egentlig betydenhet. Vid inträdet i ynglingaåldern förlorar gossen vanligen i mer eller mindre grad den håg för den egentliga leken, som hittills för det friska barnasinnet varit så naturlig. I stället för att leka att han är en man,

känner han nu att han börjar blifva detta, och bör derföre redan nu såsom sådan i viss mån behandlas. I de stora engelska skolorna, hvilka onekligen lemnat goda resultater, behandlas äfven de yngste lärjungarne såsom små gentlemän, och om äfven häruti ligger en öfverdrift, som icke öfverensstämmer med vårt nationallynne, så kan man dock icke nog mycket akta på karakterens manliga utveckling vid den tidpunkt, då denna verkligen begynner. Gymnastiköfningarne, hvilka hittills, så framt tillräckligt af fri rörelse varit gossen medgifvet, till hufvudsaklig del behöfts såsom reglerande den fysiska och derigenom äfven i betydlig mån den andliga utvecklingen, måste nu ordnas så, att de tillika innebära en betydligt starkare eggelse till kraftig utveckling. De böra nu, då de tillika skola ersätta den till en viss grad försmådda leken, dagligen med fullt allvar återkomma, och ingenting är oriktigare, än att just vid denna tid medelbarligen eller omedelbarligen tvinga ynglingen till alltför ihärdigt stillasittande under ansträngdt tankearbete. Följderna häraf kunna i allmänhet icke blifva annat än sorgliga, helst om studierna äro så ställde, att han under trägen lexläsning, så att säga, nästan beständigt måste tänka andras tankar och får ringa eller ingen tid till sjelfvald och sjelfständig tankeverksamhet. Att detta under de sednare tiderna alltför mycket varit händelsen, åtminstone för dem, som till följd af medelmåttiga anlag icke utan stor svårighet kunnat inhemta den äskade mångartade kunskapsmassan, torde knappast kunna förnekas, och man kan vid sådant förhållande nästan förundra sig öfver att tillståndet

på det hela taget icke är sämre än det ännu verkligen är. I den mån läroverken få större sjelfständighet och med större oberoende kunna sköta sig sjelfve, bör förbättring häruti kunna inträda, och det är i sanning universitetet och tillämpningsskolorna, som böra rätta sig efter hvad elementar-läroverket enligt sunda pedagogiska grunder bör och kan åstadkomma, och icke elementar-läroverket som skall ordnas efter dessa anstalters mer eller mindre godtyckliga fordringar. Elementar-läroverkets sjelfständighet, sålunda menad, är grundvilkoret för de bildade klassernas riktiga och sunda uppfostran.

Den fristående gymnastiken, i hvilken formens renhet och bestämdhet bäst kan bevaras, och hvilken derföre mer än någon annan gren af gymnastiken förtjenar namn af *lefvande plastik*, bör nu erhålla en större och rikare fulländning. Gångöfningarne med de i dem ingående löpningarne och sprången, böra i förening med ganska omfattande och fullständiga öfningar i manöver, drifvas med full fart och eftertryck. Redskapsöfningarne, som nu erfordra större frihet och omvexling, böra öfvas med stöd af härtill lämpade redskap, och vapenöfningarne böra, under det att de, så mycket möjligt är, fullständigas, antaga den allvarligare karakter, som begagnandet af verkliga vapen bjuder. Drifvas nu dessa sednare öfningar i någorlunda högstämd anda, så inverka de så väl genom den grad af fara, som dermed är förenad, som genom vapnens glans och den segerkraft, som i dem ligger innesluten, i högsta grad lifvande och renande på det ännu oförslappade ynglingasinnet, och motverka sålunda i högre grad

än måhända någonting annat de dolda faror, för hvilka denna ålder i så hög grad är utsatt.

Betänker man dessutom, att genom en sådan uppfostran som den, hvilken här nu blifvit påyrkad, hvarje man som genomgått ett fullständigt elementarläroverk, blifver, då faran hotar fosterlandet, icke allenast duglig att intaga en plats i ledet, utan att han i sjelfva verket, till följd af de kunskaper och färdigheter han förvärfvat, är att betrakta såsom ett till ganska snar användning färdigt befälsämne, så finner man lätt hvilket oberäkneligt gagn för fäderneslandets försvar som härigenom kan vinnas.

Vid Universitetet, der gymnastik och vapenöfningarne utöfver det som af den allmänna beväringspligten bjudes, icke kunna vara annat än frivillige, böra de, som lifvas af en manligare anda, hafva fullt tillfälle att fullkomna sig i alla slag af manliga idrotter, sålunda icke blott i gymnastik och fäktning, utan äfven i skjutning, ridning o. s. v. Särskildt bör här läggas vigt på skjutöfningarne, så att de, som i landet utgå med akademisk bildning, hvar och en i sin ort, der de dock alltid böra blifva betydande män, kunna verksamt bidraga till de frivilliga vapenöfningarnes upprätthållande, bland hvilka alltid skjutöfningarne måste vara hufvudsaken. De frivilliga föreningarne för vapenöfningar komma nemligen alltid att utgöra kärnan af den landstorm, som hos oss snarligen bör blifva organiserad. Dennas uppgift är, då den alltid måste vara spridd öfver hela landet, och då den icke kan erhålla artilleri och kavalleri etc. af någon betydenhet, en helt annan än arméens, men derföre i ett allvarsamt försvarskrig icke mindre

vigtig. Den skall genom att nedgöra eller bemägtiga sig allt hvad som skiljer sig från den fiendtliga hufvudarméen och allt hvad som sträfvar att från fiendens hjelpkällor dit anlända (såsom rekryter, ammunition och andra förnödenheter) göra det för fienden omöjligt att länge uppehålla sig i landet. Den skall icke våga bataljer och stora träffningar, ty häruppå kan den icke annat än förlora, utan den skall genom oaflåtlig och daglig förstörelse uttömma fiendens krafter och derigenom underhjelpa arméens afgörande seger. Vid ett sådant stridssätt är skjutfärdigheten af oskattbart värde. Dessa föreningar höja dessutom i betydligaste mån folkets hela stridbarhet och skänka arméen stor tillgång på dugliga soldat- och befälsämnen. Detta förhållande innebär i alla fall icke något hinder, att ju icke någon del af landstormen kan blifva så organiserad, att den i de trakter, der kriget framgår, kan förstärka arméens infanteri.

I arméen åter äro icke skjutöfningarne, kanoner och handgevär må uppnå hvilken fulländning som helst, det hufvudsakligaste. Huru litet man ännu, till följd af artilleriets stigande utveckling och de häraf i hög grad beherrskade föreställningarne, må hafva gjort sig reda för hvad som i arméernas stridssätt varit, är och blifver det egentligen afgörande momentet, måste detta dock alltid ligga i truppens framträngande till anfall med samlad kraft. Fienden skall förjagas, eller, om han håller stånd, nedergöras, och detta måste dock till sist ske genom att personligen gå honom in på lifvet, hvarföre allt skjutande här icke kan och får betraktas annorlunda än

såsom en förberedelse härtill, om denna förberedelse också stundom, för den menskliga svaghetens skull eller till följd af för den besegrade särskildt ogynnsama förhållanden, gör sjelfva framträngandet till en nästan alltför lätt sak. Att så går, dertill bidrager äfven icke sällan det förhållande, att det djerfva anfallet genom det imponerande, som deruti ligger, såsom äfven den sednaste krigserfarenhet visat, i sig sjelf eger en mot elden starkt skyddande kraft, derföre att den fiendtliga truppen i den mån den häraf blifver försagd, skjuter illa. Det gifves derföre ingen säkrare borgen för en slutlig seger än den, att hafva sådane trupper, som i förtröstan på de skarpa vapnens segerkraft gerna söka handgemänget, och, till väckande af denna förtröstan, gifves intet egentligare medel än ändamålsenligt anordnade fäktöfningar. Dessa kunna derföre inom arméen icke för högt uppskattas, utan bör uppå dem läggas all möjlig vigt. Romarena förvärfvade herraväldet öfver verlden i egentligaste mening genom sina *svärd,* och ännu i de allrasista krigen har bajonetten visat sig kulan öfverlägsen. Fäktöfningar förutsätta dock, för att med framgång kunna drifvas, en viss grad af föregående gymnastisk utbildning, hvarföre också denna blifver för arméen angelägen och nödvändig. Den blifver detta så mycket mera, som den äfven måste ligga till grund för de i synnerhet för hufvudvapnet, infanteriet, så vigtiga marschöfningarne, så framt dessa skola ernå nödig fart och fulländning, ja till och med skjutöfningarne, dervid säker hand och skarpt öga äro hufvudsakliga fordringar, kunna icke annat än i hög grad befordras genom ändamålsenliga

gymnastik- och fäktöfningar. Gymnastiken eger dessutom sin särskildta tillämpning på de krigiska förhållandena uti sådana öfningar, som gå ut på att bibringa soldaten förmågan att framtränga öfver de hinder, som så väl genom terrängföremålen sjelfve, som genom befästningskonstens begagnande häraf, lägges honom i vägen. Att äfven för de öfrige vapnen, hvilka i förhållande till infanteriet kunde kallas hjelpvapen, såsom förhöjande arméens och hufvudvapnets styrka i den ena eller andra riktningen, gymnastik och fäktning har sin stora vigt, följer redan deraf att de dock alla utgöras af män, hvilkas kroppsliga kraft och skicklighet på det högsta för det krigiska ändamålets vinnande måste tagas i anspråk. För kavalleriet har fäktningen törhända ännu större betydenhet än för infanteriet, emedan skjutningen här alltid måste blifva af underordnadt värde, och det är för att få bruka sitt svärd, som ryttaren utan all tvekan skall drifva hästen framåt. Så väl artilleriet som kavalleriet har behof af voltigeöfningarne och det förra kan äfven vid sina styckens betjenande göra sig den gymnastiska förbildningen till godo. Vid Ingeniörvapnets mångfaldiga arbeten blifver allsidig kroppslig utbildning äfvenledes af icke ringa värde. Betänker man allt detta, så finner man tydligen att i sjelfva verket gymnastiken, enligt sakens egen natur, måste anses såsom den egentliga och så att säga lefvande grunden för all sann krigsbildning, hvilken lika litet kan bestå i rå våldsamhet som i opraktisk lärdom eller högfärdigt pedanteri. Men är det nu så, så måste också deraf följa, att i krigsskolan, den egentliga officersbildnings-

anstalten, intet läroämne får anses vara af högre vigt än just detta. Här är det angelägnare än allt annat att, ehvad theoretisk kunskapsgrad man må kunna ernå, dock alltid hålla sig qvar på lefvande praktisk grund och vid den sunda själsstämning, som endast känslan af helsa, kraft och kroppslig skicklighet i fullt mått kunna ingifva och upprätthålla. Här bör derföre både gymnastik och vapenöfningar drifvas till största möjliga fulländning, och derjemnte ridkonst till den fulländning, som förhållandena möjligen kunna medgifva. För krigshögskolan, hvars uppgift är bildandet af generalstabs- samt artilleri- och ingeniör-officerare, och hvilken följaktligen har äldre elever af fullständig allmän officersbildning, bör ridning blifva den hufvudsakligaste kroppsöfningen, ty full skicklighet häruti kan af dessa officerare icke utan stora olägenheter undvaras, och jemnte ridning bör fäktning, särdeles värjfäktning, för det skarpa intelligenta — man kunde säga strategiska — spel som deruti, då den rätt öfvas, innehålles, till både nytta och nöje, med lif och fart i både tanke och lemmar bedrifvas.

Att under den varmare årstiden simning bör öfvas af både gossar, ynglingar och män, är i sig sjelf så tydligt, att det väl knappast behöfver anmärkas.

II.

Frågar man sig, för att något närmare betrakta saken, på hvad sätt menniskan rör sig, så kan man enklast besvara denna fråga dermed att hon *går*. Hon hvarken krälar, simmar eller flyger, hon går. Häraf är tydligt, att gåendet i all mensklig rörelsekonst och rörelselära — och detta är gymnastik — måste intaga ett särdeles vigtigt rum. Men gåendet förutsätter ståendet, ty ur sittandet eller liggandet låter detta icke verkställa sig, och det är derföre med ståendet som gymnastiken pedagogiskt betraktad — och den är till sitt grundväsende pedagogisk — om man vill gå logiskt, det vill säga fullt förståndigt, tillväga, nödvändigt måste begynna. Ståendet kan åter icke lämpligen öfvas annorlunda än genom intagande af bestämda ställningar och genom rörelser i och ur dessa. En ställnings bestämning kan nu icke vara något annat än en *formbestämning* för denna ställning, och ju noggrannare formen här är, desto mera egentligt gymnastisk blifver ställningen. En första, eller såkallad grundställning, hvilken sedan skall blifva utgångsställning för så väl de rörelser, som i densamma kunna verkställas, som för dem, hvilka ur densamma kunna göras för intagande af annan ställning, blifver alltså det första som måste sökas. Det är tydligt att vid denna första ställning de allraenklaste formbestämningar måste blifva gällande, och att de följande blifva modificationer

och utvecklingar af dessa. Den för hela naturen gällande första grundlinien är den lodräta, bestämd genom den riktning i hvilken den allt sammanhållande tyngdkraften verkar. Att den gymnastiska grundställningen, för jemnvigtens skull, måste vara lodrät, lärer väl ej heller af någon bestridas. Den andra stora grundlinien är den vågräta, utmärkande jordytan såsom det grundplan, hvarpå allt ofvan jord hvilar. Visserligen är denna linie, äfven der den renast framträder, såsom i hafsytans horizontallinie, i sig sjelf en liten del af en mycket stor cirkel och följaktligen icke såsom tyngdlinien verkligen rät, men för vår inskränkta uppfattning blifver detta omärkligt, hvarföre ej heller någon drager i betänkande att kalla våglinien en rät linie. I tyngdliniens och vågliniens förhållande till hvarandra framträder den räta vinkeln såsom den första egentliga ehuru ännu ej fullt begränsade formbestämningen, och i sjelfva verket framgå alla de öfriga ur denna. För hvarje sund förnimmelse och föreställningsförmåga är också denna grundform lätt att fatta, och ju klarare och starkare den från början inpräglas, desto lättare och bestämdare gifver sig sedan hvarje annan formbestämning. I den lodräta grundställningen gör sig redan, till följd af tyngdlagen och till följd af den symmetrie, som i beroende häraf förefinnes i menniskoskelettets hela construction, den räta vinkeln såsom grundform gällande, så att de båda skuldrorne och de båda höfterne sinsemellan blifva lika höga, det vill säga paralella med grundplanet och följaktligen ställda i rätvinkligt förhållande till den kroppen uppifrån och nedåt genomgående tyngdlinien.

Att fötterna, som måste ligga utefter detta grundplan, äfven derigenom komma i samma rätvinkliga förhållande till tyngdlinien, är af sig sjelf tydligt, men i hvad förhållande de i grundställningen böra vara till hvarandra, är deremot icke i sig sjelf derigenom gifvet. Men då grundställningen bör vara i högsta grad enkel, så följer häraf att benen, för att icke få från hvarandra afvikande lutningar, böra vara slutne tillsammans i den lodräta riktningen. Härigenom komma då äfven hälarne att stå intill hvarandra och det återstår för grundställningens bestämmande egentligen icke mera än att afgöra i hvad vinkel fötterna på grundplanet skola stå till hvarandra. Får nu här den enklaste formen gälla, så blifver denna vinkel rät, och man vinner derigenom i afseende på formbestämning den stora fördelen, att denna grundform genomgår hela ställningen, hvarigenom det sedan äfven blifver möjligt att vid de följande ställningarne bibehålla så *ren,* det vill säga så enkel och så bestämd form som möjligt. Mekaniskt riktig är den rätvinkliga basen äfven derföre, att det fortsatta ståendet innebär en afvexlande förflyttning af tyngdpunkten öfver olika punkter af grundytan, beroende af den trötthet i de kroppen upprätthållande muskelpartierna, som vid fullkomligt stillastående inom kort skulle inträda, men som nu hjelpes derigenom, att olika muskelpartier genom en sådan fortgående, ehuru vanligen nästan omedveten, balancering, under det fortsatta ståendet utbyta hvarandra. En större bas att hvila öfver är under sådant förhållande tydligen bättre än en mindre, och den rätvinkliga triangeln eger, såsom bekant är, en

större yta än hvarje spetsvinklig eller trubbvinklig, då de den räta vinkeln omfattande sidorna äro lika i hvardera triangeln. Men på samma gång basen sålunda blifver mekaniskt riktig, det vill säga, så mycket möjligt är, underlättar det fortfarande bibehållandet af jemnvigten, blifver han tydligen äfven fysiologiskt riktig derigenom, att han medgifver den största möjliga afvexling i de kroppen uppbärande muskelpartierna, hvarigenom dessas kraft längre blifver tillräcklig. Att grundställningen är lodrät, är äfvenledes fysiologiskt riktigt, ty derigenom få så väl bröstets som bukcavitetens inelfvor sitt rätta läge och sin fria verksamhet; hufvudet får då äfven, om det väl uppbäres, sitt rätta tillflöde af det arteriela blodet, och både kärl- och nervverksamheten ega i denna upprätta ställning full liflighet. Dertill kommer slutligen att denna ställning, då den är fri och ledig, gifver uttrycket af en värdig och redbar men dock anspråkslös hållning.

Vid att sålunda något närmare undersöka den gymnastiska grundställningen, har det visat sig att denna är *en lodrät ställning på rätvinklig grundyta,* noga bestämd till sin form och derjemte mekaniskt och fysiologiskt riktig, samt att den, estetiskt betraktad, ingalunda saknar allt uttryck. Allt detta gäller sedan fortfarande för hvarje sannt gymnastisk ställning, ehuru den sista fordran, den om det esthetiska uttrycket, visserligen lider betydligt intrång i den mån ställningen blifver mekaniskt svår eller, såsom i medikalgymnastiken, icke blott fysiologiskt utan rentaf pathologiskt bestämd, det vill säga kommer att vittna om motsatsen af helsa, hvilken åter är all

sann skönhets oundgängliga förutsättning. Men just i denna motsats ligger ju då äfven ett talande uttryck. Medikal-gymnastikens ställningar äro i alla fall i allmänhet ingalunda fula, de visa tydligen hän på det normala tillstånd, hvars uppnående uti dem sökes.

Ser man derefter på den gymnastiska *rörelsen* i allmänhet, så finner man genast, att denna icke kan vara något annat än en öfvergång, antingen helt eller delvis, från en ställning till en annan. Men då en sådan öfvergång nödvändigt erfordrar en längre eller kortare tid, så inträder här jemnte formbestämningen äfven tidsbestämningen. Hvarje sannt gymnastisk rörelse har derföre sitt bestämda tidsmått (tempo), och då rörelsen, såsom t. ex. vid gåendet, icke är enkel utan sammansatt, får den, till följd häraf, flere bestämda tidsmått. Häraf följer då, att såsom den gymnastiska *ställningen* har sin bestämda *form,* så har den gymnastiska *rörelsen,* jemnte den formbestämning, som innebäres i den väg och det sätt hvarpå man skall öfvergå ur en ställning i en annan, äfven sin *rythm,* sin mer eller mindre sammansatta, men dock noggranna tidsbestämning. Likasom formen måste nu äfven rythmen bestämmas mekaniskt och fysiologiskt riktigt, ty en oriktig grad af hastighet i ett eller annat tidsmått, kan helt och hållet förderfva en eljest riktig rörelse. Det esthetiska uttrycket som åtföljer hvarje rörelse — efter det dock alltid är en menniskosjäl som härvid är verksam — utgör för ett säkert öga en tillförlitlig controll på huruvida rörelsen eger gymnastisk sanning och mensklig värdighet.

Af det föregående är redan klart, att icke hvarje möjlig ställning och hvarje möjlig rörelseform är gymnastiskt riktig, tvärtom bör man samvetsgrannt göra sig reda för hvad en rörelseform, betraktad ur de olika synpunkter som här blifvit angifne, i sig kan innebära, innan man antager densamma. Men likasom vid grundställningens bestämmande, man blott och bart genom sökandet af den enklaste formen träffar både mekaniskt, fysiologiskt och esthetiskt riktigt, så ledes man vidare på den rätta vägen genom att fortgående söka de enklaste modificationerna af en redan såsom giltig erkänd form. För bestämmandet af rörelsens rythm blifver den praktiska grundregeln, i öfverensstämmelse härmed, att icke antaga flere tidsmått eller större hastighet än rörelsens ändamål verkligen kräfver.

Grundställningens enklaste modification uppkommer genom fötternas sammanslutande, så att de båda få riktning framåt. Detta kan naturligtvis ske i ett tidsmått och hastigheten behöfver härvid icke vara större än att full bestämdhet derigenom blifver iakttagen. Denna ställning kan med skäl kallas den *smala ställningen.* Dess motsats blifver då den *breda ställningen,* hvilken vinnes derigenom att fötterna skiljas från hvarandra genom flyttning åt sidan, och måttet för afståndet dem emellan bestämmes lämpligen genom axelbredden, emedan basen då svarar emot kroppens största tvärlinie i riktning från sida till sida. Skall full symmetri i den rörelse bibehållas, hvarigenom denna ställning skall intagas, så måste båda fötterna flyttas lika mycket hvardera åt sin sida, och då axelbredden vanligen temligen noga mot-

svarar två fötters längd, så flyttas hvardera foten en fots längd åt sidan. Dertill erfordras redan, så vida det ej skall ske med språng, hvilket i sig är en ganska complicerad rörelse, tvenne tidsmått, ett för hvardera fotens flyttning, och dessa böra då för enkelhetens skull hafva lika stor hastighet, hvilken i likhet med fotsammanslutningens hastighet bör vara så stor, att full bestämdhet dervid iakttages. Härvid framträder ett nytt moment i rörelsen, nemligen *dess symmetri,* hvilket sedan allt framgent blifver af högsta gymnastiska vigt, emedan af dess iakttagande den jemna utvecklingen af kroppens båda sidohälfter är helt och hållet beroende. Den rörelse som endast verkställes med den ena af dessa hälfter eller någon del af denna, är derföre icke sannt gymnastisk, så vida den icke är en medikal rörelse, åsyftande att upphäfva en redan befintlig omotsvarighet i den ena eller andra sidan. Genom den ena fotens flyttning framför den andra uppkommer *gångställningen,* hvilken, med sina flerfaldiga modificationer, är den tredje i ordningen af de pedagogiskt gymnastiska ställningarne. Fullföljer man nu den beträdda riktningen genom att afvexlande flytta den ena foten framför den andra, så uppkommer gåendet, hvilket från början sades vara menniskans egentliga sätt att röra sig.

I de nämnda ställningarne kunna mångfaldiga så väl arm- och ben- som hufvud- och bålrörelser verkställas, och gåendet har naturligen äfven flerfaldiga omvexlingar till dess det slutligen öfvergår till löpande och språng å den ena sidan och till klättringar eller äntringsrörelser å den andra. Det för dessa rörelser karakteriserande är åter, att armar

och händer härvid i högre eller lägre grad äfven komma att användas i likhet med ben och fötter såsom förflyttningsmedel. Äntringsrörelserna äro nemligen väsendtligen gång eller förflyttning under försvårande omständigheter och öfvervägande i riktning uppåt, hvarvid häfning på armarne i mer eller mindre mån måste uppkomma. Motsvarige äntringarne äro stödsprången, deruti händer och armar äfvenledes användas såsom förflyttningsmedel. Dessa äro nu den rent pedagogiska gymnastikens allraenklaste grunddrag, och det är lätt att inse, att här är ett rikt fält för stegrad ansträngning i mångfaldig utveckling af rörelseformer och deras tidsbestämningar eller rythmer.

Men i denna som i hvarje annan konst — ty i utöfningen blifver gymnastiken en konst, huru rent vetenskaplig dess theori än må vara — är det vanligaste och ohjelpligaste felet, att man för fort vill hinna fulländningen. Man är alltid starkt frestad att gå de enklare grundöfningarne snart förbi, för att ju förr desto hellre få sysselsätta sig med det som ser något ut, med det som förvånar dem, som icke rätt förmå göra sig reda för hvarom frågan egentligen är. Man vill så gerna hos den sexton- till adertonårige ynglingen se den utbildning som tillhör den tjugufemårige unge mannen, och för att åtminstone vinna skenet häraf, går man alltför ofta mycket för hastigt framåt i tillämpningen af de gradvis svårare och mera ansträngande rörelseformerna, om man icke, såsom stundom sker, för tidens vinnande, helt enkelt går förbi och lemnar å

sido hela serier af rörelser, som för den sanna utbildningen äro mycket vigtigare än de, för hvilkas öfvande de uppoffras. Följden har ock mångenstädes i mer eller mindre grad blifvit, att man för att vid en såkallad uppvisning kunna åstadkomma någonting förvånande — det vill säga någonting nytt och svårare, någonting mera orimligt än det man redan blifvit van att se — förfelat hela ändamålet med den gymnastiska öfningen. Hvad skall man väl säga om dessa högt uppdrifna hoppare med nedtryckta bröst och skulryggar? Tror man att dessa erhållit en stark och normal utveckling af hjerta och lungor? Hvad om dessa starka armgångare, som icke lärt att gå rätt på sina ben? Det är hvarken med haren eller med apan man skall söka täfla i deras sätt att röra sig, ej heller kan man blifva så stark som oxen; man kommer öfver allt till korta så snart man söker gå utöfver det rent menskliga området. Går man deremot steg för steg, grad för grad framåt, obekymrad om huru det till en början kan taga sig ut, blott ingenting af verklig vigt och betydenhet förbigås; gör man detta med lugn och jemnhet, och med det säkra omdöme som genom erfarenhet och sakens studerande kan förvärfvas, så vinner man efter hand allt hvad som verkligen kan vinnas, efter lärjungens ålder och öfningstid, och dermed bör man vara belåten, alldenstund lärjungen sålunda erhåller ett lefnadskapital af kraft och helsa, i stället för att genom brådmognad hafva blifvit skadad för hela sin framtid. Så mycket ligger det i den lättsinniga leken med ungdomens krafter, antingen lärdomsprål eller konststyckens förevisande dermed äro åsyftade.

Onekligt är det likväl att sans och besinning i uppfostringsfrågorna på sednare tid alltmera fått sin giltighet erkända, och detta är äfven desto angelägnare ju mera man lägger vigt uppå att mannens uppfostran skall vara offentlig och regleras af gällande lag.

Den pedagogiska gymnastiken måste, så framt någon systematisk reda häruti skall blifva möjlig, grunda sig på förutsättningen af lärjungarnes sunda och normala tillstånd, om också det blifver den skicklige gymnastiklärarens svåra konst att i tillämpningen, utan uppgifvande af de systematiska grunddragen, anordna rörelserna, med fästadt afseende på de mer och mindre betydande svagheter och sjukdomsanlag, som thyvärr på de flesta orter i en eller annan riktning framträda såsom i viss mån herrskande redan hos det unga uppvexande slägtet. I sig sjelf kan den pedagogiska gymnastiken icke utgöras af annat än väl genomtänkte och allmängiltige rörelseproblemer, utvecklande sig i riktig följd från bestämda utgångspunkter utur och genom hvarandra. Men ju längre man häruti går, desto mera börja dessa rörelseproblemer att så till sägandes specialisera sig, så att de, om helhet och harmoni skall vinnas, nödvändigt måste tagas gruppvis på det sätt att rörelserna inom gruppen motsvara hvarandra, och i de nämnde sjukdomsanlagen ligger också en nödvändighet, att i vissa riktningar — närmande sig den medikala, den egentligen specialiserande gymnastiken — använda på särskild motverkan beräknade rörelser, som, om dessa svagheter icke förefunnos, af behofvet ej vore påkallade. En ändamålsenlig pedagogisk

gymnastikbehandling blifver sålunda en ganska grannlaga sak, och tydligt är det, att djerfhet och våld icke här förmå lösa frågorna, om också å andra sidan ingenting vore beklagligare än om den pedagogiska gymnastiken af den ena eller andra anledningen skulle förlora det äkta modet och det friska lynnet.

En pedagogisk gymnastiköfning bör, om den skall ega någon helhet, till det minsta bestå af en rörelseföljd i fristående gymnastik och af en öfning i gående, inberäknadt löpandet. Härtill bör sedan komma de fria sprången samt för stadsbarnen och de bemedlade klassernas barn, hvilka vanligen icke komma att mycket deltaga i ansträngande kroppsarbete, äntringsrörelserna och stödsprången i mån af ålder och utveckling. I riktigt samband med dessa generela rörelser bör, utan upphäfvande af sakens allmängiltiga gång, de specialrörelser införas som af behofvet äro påkallade. Här kan då väl äfven de såkallade frisittande rörelserna, rätt placerade, komma till användning. Af stor vigt blifver det härvid alltid att utgångspunkten för den pedagogiska gymnastiken tages på det psychologiska området, efter som det är menniskan och icke blott hennes kroppsliga varelse som skall uppfostras, och att den fysiologiskt-pathologiska betraktelsen, så vigtig den än är, endast blifver secundärt controllerande och underhjelpande. Förvexlar man dessa synpunkter, så förvandlar man snart nog den pedagogiska gymnastiken äfven till medikal, och dermed äfven hela det uppvexande slägtet till patienter, hvarigenom väl slutligen all friskhet i sinne och lefnadsåsigt skulle

försvinna. Huru lätt den pedagogiska och den medikala gymnastiken än i tillämpningen öfvergå i hvarandra, måste de dock principielt noga hållas åtskilda, så länge helsa och sjukdom, styrka och svaghet, äro hvarandras motsatser.

En motsvarighet mellan det egentliga kroppsarbetet och redskapsgymnastiken ligger äfven deruti, att händerna i båda komma till användning såsom sådana, hvilket de icke egentligen göra i de fristående rörelserna och i gångöfningarne med deras utvecklingar. I ännu högre grad blifver detta förhållandet på det gymnastiska området i den rent militära afdelningen eller vapenföringen. Vapnet är nemligen, om man så vill kalla det, ett stridsverktyg, hvilket synes bäst deraf att åtskilliga vapen, såsom yxan och knifven, äro lika mycket egentliga verktyg som de äro vapen, och vid verktygets användande spela armar och händer otvifvelaktigt hufvudrollen. Likasom verktyget medgifver äfven vapnet en oändlighet af grader i färdighet att föra detsamma. Lägger man härtill att i fäktning, mera än i någon annan praktisk verksamhet, den högsta grad af uppmärksamhet, reda, fintlighet och beslutsamhet jemte förmågan att i hvad ögonblick som helst använda hela sin kraft, tagas i anspråk, så finner man lätt, att oafsedt all rent fysisk utveckling som härigenom vinnes, en art af uppfostran både för tanke och vilja häri framträder, som på intet annat sätt kan ernås. Här är ett rikt fält för skarpsinniga combinationer af ändamålsenliga rörelseformer, och i tidsmåttens (rythmernas) beständiga afvexling och högsta möjliga bestämdhet inträder här ett moment, för hvilket man hittills

synes alltför litet hafva gjort sig reda. Rythmens stora betydenhet synes dock redan deraf, att versens gripande magt så öfvervägande ligger i den sanna rythmen — här den i jemn omvexling fortgående metern — att man tillochmed ganska säkert kan skilja den verkliga poeten från den, som bemödar sig att vara det, på hans säkra takt att träffa den versform som det poetiska stoffet bjuder. Den öfverlägsna prosaisten och talaren åter blifva detta väsendtligen genom förmågan att i satser och periodbyggnader rätt begagna sig af den fria, den, så att säga, sig ständigt improviserande rythmen. Man känner sålunda stilisten på rythmen såsom man känner den yttre personen på gången, och just i gåendet är det också som det rythmiska elementet på det gymnastiska området först oafvisligen framträder. Här är det den jemna takten, naturligen bestämd genom att räkna ett! tu! hvilken såsom den enklaste rythmiska figuren gör sig gällande, och stegens hastighet stå otvifvelaktigt i ett visst förhållande till hjertslagen, så att vid det fullt lugna och beqväma, det långsama gåendet, dessa och stegen med hvarandra ungefärligen sammanträffa. Genom att räkna tre steg i stället för två och på det ena af dessa lägga accent eller göra det till ett såkalladt taktsteg, framkommer rythmiskt vid gåendet tretalet, och sålunda kan man med många omvexlingar fullfölja att, genom afräknandet af ett bestämdt antal steg och accentuerandet af ett eller flere af dessa, vid gåendet uppöfva sinnet för rythm, hvilket vid all bestämd rörelse är lika vigtigt som formsinnet. Härvid är dock särskildt att iakttaga, att icke afräkna för många

steg, emedan den rythmiska figur, som då uppkommer, blifver för örat omöjlig att fatta — öfver talet 9 bör man knappast gå — samt att noga se till att för öfningen i sin helhet lika många taktsteg falla på hvardera foten, så att den ansträngning, som dessa innebära, blifver jemnt fördelad på kroppens båda sidohälfter. Fullföljer man denna riktning vidare, så kommer man slutligen in i dansen, och tonen sluter sig då, likasom vid den afsjungna versen, naturligen till den metriskt bestämda rythmen. Man har också af ålder sagt att versen har fötter (pedes). Dansen, rätt förstådd, tillhör den esthetiska gymnastiken, men dess reformerande på sanna grunder står ännu till framtiden. Jemnte dansen, der det rythmiska har öfvervigten, har denna del af gymnastiken äfven riktning till det *statuariska,* till framställandet af den ädlaste och uttrycksfullaste hållning och åtbörd. Äfven i fäktningen framträder det statuariska momentet med mycken bestämdhet, och en ädel hållning har häruti af ålder varit högt värderad. Oafsedt det högre mekaniskt-fysiologiska värde som äfven här den ädlare formen visar sig ega framför den oädlare samt det praktiskt ändamålsenligare, som härmed äfvenledes förenar sig, ingår dessutom, då fäktningen måste komma att föreställa en verklig strid, i hög grad häruti ett dramatiskt moment. Man beherrskar sin motståndare så väl i den verkliga som i den låtsade striden, i vida högre grad än man vanligen gör sig reda för, genom det imponerande uttryck som den ädlare hållningen, förenad med kraft och beslutsamhet, i sig innebär. Men likasom talaren och prosaisten måste den öfver-

lägsna fäktaren äfven förstå att med omvexlande tidsmått likasom påtvinga sin motståndare den fria rythm han sjelf för rörelserna, efter sin egen själsstämning, behagar välja och sålunda andligen beherrska honom innan han materielt besegrar honom. För att vinna denna förmåga, måste man åter öfva sig i kraftiga, fullt medvetna och säkert bestämda rythmer. Det blinda oåterhållna ursinnet innebär ingen borgen för seger. Äfven med vapen i hand är det en verklig fördel att veta hvad man gör, och detta klara medvetande förhindrar på intet sätt stridsrörelsens högsta möjliga kraft och fart i det afgörande ögonblicket. Ju mera derföre striden i sig sjelf vill locka till oro och öfverilning, desto mera måste stridsöfningen gå ut på att bibringa lugn och sjelfbeherrskning jemnte stegrad kraft och öfverläggsen fart. Fäktöfningarne tillhöra sålunda uppfattade i sanning en verkligt manlig uppfostran. De ega i den fristående gymnastiken sina naturligen förberedande öfningar och ansluta sig sålunda fullt följdriktigt till ett sannt gymnastiskt rörelsesystem.

I den qvinliga uppfostran ega de fristående rörelserna jemnte gångöfningarne och de fria sprången med lagom ansträngning sin fulla tillämpning. Af redskapsgymnastiken är en stor del af äntringsrörelserna och de mera specialiserade rörelserna äfven lämpliga och användbara, men stödsprången nästan icke. Vore dansen hvad den borde vara, så skulle den med rätta i den qvinliga uppfostran intaga samma plats som fäktningen i den manliga.

III.

Vill man försöka att kasta en blick i det inre af saken, och för det ändamålet göra sig någon reda för det, som vid en gymnastisk öfning väsendtligen föregår, så finner man att det första, som med lärjungen härvid inträffar, är, att han förnimmer lärarens tillsägelse att intaga en bestämd ställning, nemligen grundställningen, ty från denna måste all verkligt gymnastisk öfning utgå. Ett intryck på hörselnerven uppväckande, genom hjernans deraf föranledda verksamhet, en mer eller mindre klar föreställning är således vid denna likasom vid all annan undervisning det som allraförst föregår. För att nu få denna föreställning så klar och bestämd som möjligt, måste undervisaren äfven taga synsinnet till hjelp, genom att sjelf för lärjungen förevisa den ställning han begär att denne skall intaga. Ett intryck på synnerven, syftande på att till full klarhet bestämma den föreställning man redan genom hörseln sökt väcka, följer sålunda utan dröjsmål, och ändamålet, den klara föreställningens framkallande, bör sålunda hos lärjungen med säkerhet kunna vinnas, så framt han eger sunda sinnen och en sund hjerna och redan uppnått så hög grad af intellectuel utveckling att den åsyftade föreställningen i hans själ kan uppkomma och af begreppet fasthållas. Att denna föreställning icke är enkel, såsom t. ex. föreställningarne ljus och mörker, utan tvärtom icke så

litet sammansatt, innebär nödvändigheten af att icke förr än denna sammansättning af lärjungen kan med åtminstone någorlunda klarhet fattas, begynna med öfvandet af de strängt systematiskt ordnade kroppsöfningarne. Dittills är under normala förhållanden den fria men derföre icke helt och hållet oordnade leken tillräcklig. I och genom framkallandet af den sålunda klart uppfattade föreställningen försiggår nu äfven i de båda sinnesnerverna och i hjernan en materiel rörelse, ty detta förutan är det materielt existerande organets verksamhet otänkbar, och denna rörelse har, så liten den än till sin qvantitet må tänkas, sin fysiska verkan i en, om också i ringa grad, förhöjd omsättning af materiela partiklar. Detta är grunden till den stora rent fysiska ansträngning och deraf följande trötthet, som med tankearbete, långt mera än man i allmänhet föreställer sig, verkligen äro förenade.

Detta gäller nu för tänkandet i alla dess grader, men härvid kan det vid gymnastikens öfvande tydligen icke stanna. Redan vid *talandet* tager tanken genom viljans verksamhet en förnimbar form; i den yttre *handlingen,* hvilken naturligen följer med, eller efter det uttalade ordet, blifver densamma ännu mera förnimbar. Såsom läsandet förhåller sig till talandet — skrifvandet är endast ett medel för läsandet — så förhåller sig gymnastiken eller den ordnade kroppsöfningen till den yttre handlingen. Dess pedagogiska värde bör till följd häraf vara otvifvelaktigt. Men om under våra närvarande lifsvilkor med sjelfva tanken oundgängligen förenar sig materiel rörelse, så måste väl detta i beslutet och den derpå följande verk-

ställigheten, vare sig att denna är en yttre handling eller blott ett uttaladt ord, i ännu högre grad vara händelsen. Skall ett ord uttalas, så kan detta icke ske utan att de rörelsenerver som gå till organerna för talandet, af viljan sättas i verksamhet, men härvid bestämmer dock icke viljan i detalj hvilka särskilda nerver skola träda i verksamhet och till hvad grad detta skall ske, detta veta, så att säga, dessa nervpartier sjelfva, så snart talförmågan redan förefinnes. Jemnte den medvetna handlingen och i beroende af denne försiggår således redan här en följd af omedvetne underordnade handlingar, hvilka med den säkerhet, som är karakteriserande för det egentliga naturlifvet, frambringa hvad som af tanken bestämdes och med beslutet åsyftades.

På samma sätt förhåller det sig äfven med den yttre handlingen, verkställd genom lemmarnes af viljan framkallade och beherrskade rörelser. Äfven här innebär beslutet endast rörelsens allmänna form och hastighet, och de viljan tjenande nervpartierna verka med omedveten säkerhet. Men just denna säkerhet stegras dock alltmera ju flere gånger samma rörelse utan inträdande kraftuttömning blifver verkställd. Härpå beror nu all möjlighet af att genom öfning vinna färdighet. Redan vid talandet är det imellertid icke allenast rörelsenerver som sättas i verksamhet, de dem underlydande muskler och benpartier med dem förbindande band och senor måste ju äfven genom dessa komma i rörelse om något ord verkligen skall blifva uttaladt, och det är ändå icke nog dermed, ty lungan, det så vigtiga respirationsorganet, måste härvid äfven fungera, emedan detta

förutan kan icke något ord åstadkommas. Vi nämnde att icke ens hjernans och nervernas verksamhet kan försiggå utan en omsättning af materiela partiklar, ja, hela det organiska lifvet utgör, från en sida sedt, endast en fortsatt omsättning af sådana, och denna stegras i den grad organerna härunder äro i verksamhet. Genom någonting så enkelt som uppväckandet af en tanke och uttalandet af ett ord påverkas fördenskull i åtminstone något förhöjd grad det all sådan omsättning åstadkommande blodomloppet med dess centralorgan, hjertat, och det detta underlydande kärlsystemet, och följer med ordet äfven en yttre rörelse, så stegras naturligtvis denna påverkan i samma grad som rörelsen är ansträngande. Men i närmaste samband med respirationen och blodomloppet stå matsmältningen och blodberedningen genom bukcavitetens inelfvor, hvarföre äfven denna region af det organiska lifvet genom all rörelse medelbarligen påverkas, oberäknadt den rent mekaniska verkan som dessa delar vid sjelfva rörelsen kunna få erfara. Andandet är i betydlig grad undandraget det menskliga medvetandet; i ännu högre grad är detta förhållandet med blodomloppet, och hela den egentliga näringsverksamheten försiggår i det friska tillståndet nästan alldeles omedvetet. Icke desto mindre har tydligen organismen en så fullkomlig enhet och helhet, att intet inom densamma är fullkomligt likgiltigt för och oberoende af det öfriga.

Det har redan blifvit sagdt, att genom en rörelses upprepade verkställighet färdighet deri kan vinnas, och detta derigenom, att de rörelsen ledande

och bestämmande nerverna härigenom komma att fungera med större säkerhet, men i samband härmed blifva äfven de muskel- och benpartier, som utgöra rörelsens rent mekaniska vehikler, starkare och mera utbildade. Detta beror deraf, att der en starkare omsättning af materiela partiklar försiggår, dit strömma i och genom blodomloppet, så länge organismen ännu är i sin fulla kraft, nya partiklar till de afgåendes ersättning, och detta, särdeles i de yngre åren, i sådan mängd, att ett mer eller mindre betydligt öfverskott vinnes till det i verksamhet satta organets förstärkande. Häruppå beror i betydlig mån all tillvext, och man kan häraf finna, i huru hög grad barnet har behof af rörelse. Ju allsidigare rörelsen är, desto starkare tillvext och kraftutveckling måste deraf äfven uppkomma, ty intet särskildt parti af organismen, det vare sig större eller mindre, förmår att tillgodogöra sig all den utvecklingskraft, som hela organismen med dess samtliga delar i sig kan innebära. Ensidighet i öfning innebär sålunda en förlust för det hela. Men å den andra sidan finnes ingen verklig normalmenniska med lika styrka i anlag åt alla håll; hvarje menniska är, jemnte det hon är en helhet för sig, äfven ett litet bråk af den stora menskligheten, och man måste derföre, sedan man först sörjt för denna helhet, låta den gifna öfvervigten i anlaget åt det ena eller andra hållet gälla hvad det kan, till menskligheten's gagn och tillfredsställelse. Uppöfvandet af speciela anlag tillkommer dock icke gymnastiken såsom allmänt uppfostringsmedel.

Det är nu ganska tydligt, att för vinnande af den säkerhet i rörelsen och den styrka i rörelseorganet, som genom öfning kan ernås, rörelsen måste förnyas i *samma form,* så att det blifver samma nerv- och muskelpartier som komma att agera den ena gången som den andra. Ju bestämdare derföre rörelsens form är, desto säkrare framträder dess åsyftade verkan, och man kan af detta förhållande klarligen inse hvilken synnerlig vigt vid den systematiskt ordnade kroppsöfningen måste läggas på noggrann rörelseform. Den är häruti motsatsen till den fria leken och den fria rörelsen i allmänhet, der visserligen också i det hela taget samma rörelse förnyade gånger verkställes, men aldrig på fullt samma sätt, utan med beständig större eller mindre förändring. Den systematiska rörelsen och den fria ersätta derföre icke fullständigt hvarandra, utan de utgöra hvarandras motsvariga fyllnad. Ju nogare den systematiska gymnastikens rörelseformer äro bestämde, desto fullständigare måste också deras mångfald vara, så framt icke vissa partier skola utbildas på andras bekostnad, men här gäller det dock, att äfven vid de minsta bestämmanden alltid se saken i stort, det vill säga, hafva organismens grunddrag lefvande för sin föreställning. Att tidsmåttet för rörelsens verkställande icke är mindre vigtigt än dess form, är, då all gymnastisk rörelseverkan helt och hållet är beroende af blodomloppet och de detta beherrskande hjertslagen, så tydligt, att man icke kan undgå att inse att dess bestämmande bör vara lika noggrann som formens. Först sedan den första utgångsställningen (grundställningen) är intagen, kan den första be-

stämda rörelsen verkställas. Härefter fortgår den pedagogiska gymnastiken gradvis genom sig utur hvarandra utvecklande ställningar och rörelser in i vapenföringen och den rent esthetiska gymnastiken, under det den på samma gång, så att säga, fullföljer sig sjelf i redskapsgymnastiken och i de halfaktiva eller såkallade motståndsrörelserna öfvergår till passiv eller medikal gymnastik.

Det gifves visserligen i gymnastik något, som med skäl kan kallas det innersta, nemligen dess rent psychiska verkan, dess inflytande på själsstämningen och den andeliga utvecklingen. Om det första och allmännaste deraf, själskrafternas beroende af helsan (Mens sana in corpore sano), hvilken åter utan ändamålsenlig rörelse icke är egentligen tänkbar, är man i allmänhet temligen ense, men skulle någon försöka att gå längre och vilja uppvisa de särskilda rörelsegruppernas och måhända de särskilda rörelsernas rent psychiska inverkan, så kunde han säkerligen ännu icke räkna på något allmännare bifall. Detta kunde i alla fall omöjligen ske utan en grundligare redogörelse för den esthetiska delen af gymnastiken, och denna är ännu, såsom redan blifvit sagdt, ganska outredd. Men det finnes dock en annan vigtig sida af gymnastikens inverkan på själen än den rent sanitära, och den esthetiska, nemligen den moraliskt disciplinära, och denna kan utan svårighet till sin vigt och sitt värde af hvar och en uppfattas. I den lydnad för lärarens tillsägelse, som detta läroämnes öfvande har gemensam med alla andra, ligger redan ett högst vigtigt moment; här förstärkes detta i högsta grad genom den form af

commando, som tillsägelsen i allmänhet här måste antaga. Lydnaden blifver då bestämdare än under något annat förhållande gerna kan inträffa. I den mån denna lydnad blifver frivillig — och det är en af lärarens högsta pligter att söka förvärfva sig en sådan lydnad — blifver den äfven för karaktersutvecklingen af allrahögsta betydenhet, ty den frivilliga lydnaden för det rätta är dock i grunden den enda sanna friheten. Kommer nu härtill att lärjungarne icke blott lära att lyda, utan att de såsom monitörer och afdelningschefer äfven under lärarens ögon lära att befalla, och detta äfvenledes i befallandets starkaste form commenderandet, utan att de derföre upphöra att vara sina underlydandes kamrater, så ligger häruti ett så kraftigt medel till sannt manlig uppfostran, att dess moraliska värde knappast kan tillräckligt uppskattas. Men det är icke nog med den fria lydnaden och det kamratliga, det broderliga befallandet, en fullt så vigtig sida är här handlingens gemensamhet. Genom att alla i förening med hvarandra i samma ögonblick verkställa samma rörelse känna de sig såsom varande en för alla och alla för en, ja, såsom en man, och detta gifver en känsla af kraft och gemensam sjelfständighet, hvilken, åtminstone till en viss gräns, med antalet vexer i styrka, icke blott i arithmetiskt utan säkerligen i qvadratiskt, ja, tillochmed i kubiskt förhållande. Det är denna känsla som gör den disciplinerade truppens öfverlägsenhet i striden. "Concordia res parvæ crescunt!" Enighet gifver styrka! För läraren äro dessa samfäldta gemensamhetsöfningar äfven af allra högsta värde, ty det är endast i

dessa, som han rätt direkt kan träda i närmaste förhållande till samtlige sina lärjungar och på dem inverka med hela sin personlighets moraliska styrka och intelligenta liflighet. Den som icke förstår att fullt uppskatta värdet af denna gemensamhet, skall aldrig såsom gymnastiklärare kunna vinna hvad han med detta kunde ernå. Vill man benämna allt detta militäriskt, så är detta ett medvetet eller omedvetet erkännande af det militära elementets vigt för manlig uppfostran, och bör nu mera, sedan nationalandan på frivillighetens väg just i denna riktning börjat taga en starkare utveckling, icke hos någon med skäl kunna väcka några betänkligheter. Liniegymnastiken, marschöfningarne och all vapenöfning lämpa sig dessutom så särskildt för sådan gemensamhet, att denna dervid knappast lärer kunna undvikas.

Att gymnastiköfningarne böra verkställas i så ren och fri luft som möjligt, och att följaktligen öppna platser med omgifvande planteringar äro de rätta öfningsplatserna, torde icke af någon böra bestridas, men klimatet tvingar till att söka skydd under tak, och luftiga och rymliga gymnastiksalar äro derföre ett pedagogiskt behof, som hvarken kan undgås eller tillbakavisas. Att dessa bäst äro belägne vid den öppna, med plantering omgifna platsen, är äfvenledes tydligt, och man får här icke vara njugg på utrymme, ty då får man alltför snart göra om hela anordningen, och kostnaderna blifva då större än om den genast göres på ändamålsenligt sätt.

Den läroanstalt som fått sig det vigtiga förtroendet uppdraget att bilda lärare i gymnastik och

vapenöfningar för icke allenast Rikets läroverk, utan äfven för arméen och flottan, kan icke uppgifva anspråket på att erhålla så väl fullständigt utrymme och tillräckliga byggnader med öfrig nödig materiel, som nödiga anslag till den för ändamålets vinnande behöfliga lärarepersonalen, hvilken, då ämnet här skall både studeras och praktiseras i all den omfattning och med all den grundlighet, som dess, vi våga säga det, utomordentliga vigt kräfver, hvarken kan blifva så ringa till antalet eller kan få bestå af i någon mån underhaltiga personer. Kan Gymnastiska Central-Institutet blott oklanderligt lösa sin stora och svåra uppgift, så är det i sanning väl värdt hvad man till dess upprätthållande och dess vidgade verksamhet kan anslå. Men framgången af dess bemödanden beror dock icke blott på dess egen lärarepersonal, äfven om denna komme att arbeta under de fördelaktigaste yttre vilkor, den beror lika mycket på den duglighet och den bildningsgrad institutets elever komma att ådagalägga. I våra dagar får man imellertid på ingen bana påräkna dugligt folk, så framt man icke någorlunda sörjer för deras ekonomiska bergning och deras framtid. Utan tillräckliga löner för landets gymnastiklärare kan man således icke vänta att det för landets hela ungdom så vigtiga läroämnet skall komma att på ett tillfredsställande sätt handhafvas.

Det lider intet tvifvel, att Rikets nu församlade Ständer behjerta vigten af att här offra något på fäderneslandets altare.

